想要获取更多资源吗?

点击上方图片，即可进入修行资料中心，探索浩如烟海的佛经经典、禅修指南、开示讲记以及实修方法等珍贵内容。这里汇集了助您精进修行的各类资源，无论您是初学者还是资深修行者，都能在此找到滋养法身慧命的甘露法雨，开启智慧，增长福德，成就菩提！

冻死不攀缘，
饿死不化缘；
穷死不求缘，
随缘不变，不变随缘，
抱定我们的三大宗旨。
舍命为佛事，
造命为本事，
正命为僧事，
即事明理，
明理即事，
推行祖师一脉心传。

回目录

久参自然会开悟

参到山穷水尽的时候，自然有好消息，柳暗花明的境界便出现眼前。

参禅时，眼观鼻、鼻观口、口观心，这是基本的法则，可以控制心猿意马，不令向外驰求。在禅堂参禅，不可东张西望，如果前视后盼，心就跑到外边去了，禅就参不下去。这一点，各位要特别注意！禅七的光阴，非常宝贵，可以说分秒必争
，不能空过，把握时机来参禅，参禅才能得大智慧。

修道人，不要把皮囊视为宝贝。没有这种思想，才能用功修道。如有这种思想，则会做为它的奴隶，一天到晚为它服务。所以真正修道的人，将身体视为臭皮囊，不去重视它；如果重视，则成修道的障碍，所谓「借假修真」，方便而已。

在禅堂里，最大的忌讳，就是在参禅中睡觉。一般人参禅，容易犯了两种毛病：一为掉举，一为昏沉。不是打妄想，就是打瞌睡。用功的人，聚精会神在参，绝对不会睡觉。若是入定，另当别论。

坐禅可以证得正定正受，也就是三昧。若能证得此境界，便会如如不动，了了常明。如何能证得此境界？就要下一番苦功夫，勇猛精进、心无妄想，到一念不生全体现的时候，就找到本来的面目，本地的风光。

坐禅的关键，就在「念兹在兹」参话头。所谓「久参自然开悟」，参到山穷水尽的时候，自然有好消息，柳暗花明的境界便出现眼前。有人说：「我参加这么多次的禅七，为什么还不开悟？」因为你不能忍耐一切苦，只想开悟。要知道开悟是从立功积德而来，久而久之，功德圆满，自然开悟。可是你一点功德也没有，就想开悟，简直是痴心妄想，癞蛤蟆想吃天鹅肉，那是办不到的。

上一页 下一页